

Альбом для развития самосознания

Что такое самосознание?

Самосознание - это то, как мы осознаём себя. Что представляет собой наше тело снаружи? Что внутри? Какие у нас особенности? Какие ценности? Какие предпочтения? Какие стремления?

Ответы на эти и подобные вопросы дают нам целостное представление о себе. Это и есть самосознание.

По мере развития ребёнка, у него постепенно начинают появляться представления о себе. Вспомните, на первых месяцах жизни ребёнок вёл себя так, будто считал вас частью себя (или себя вашей частью). Потом он начал постепенно понимать, что что-то в этом мире зависит от него, а что-то нет. Постепенно он понял, что у него есть некие границы, внутри них находится он, а за ними - не он. Затем он продолжил прояснять эти границы. Начал изучать своё тело. Научился захватывать нужный предмет, а ненужный стал отпускать. Начал узнавать себя в зеркале и реагировать на своё имя. Научился ползать и ходить. Осознал многие из своих возможностей. Постепенно таким образом ребёнок приобретает представления о себе и о своём месте в мире.

Подготовка

- Распечатать и скрепить листы альбома. Лишние страницы можно не печатать (например, если у вас один ребёнок)
- Подготовить канцелярский клей
- Фломастер или ручка
- Найти фотографию ребёнка
- Найти фотографию мамы, папы, брата, сестры, всей семьи, домашних животных

Автор альбома

Психолог Роман Левыкин

- Сайт для записи на консультацию: <http://helpmenow.ru/>
- Мои статьи для родителей о детях: <http://deti.zazzy.ru/>
- Мои статьи для взрослых о взрослых: <http://helpmenow.ru/articles.html>
- Родителям из Санкт-Петербурга предлагаю вступить в группу Вконтакте: <http://vk.com/roditelispb> Там удобно обсуждать вопросы воспитания и развития наших детей.

Авторские права

Перепечатка материалов данного альбома возможна, но с соблюдением двух условий:

- Обязательное письменное уведомление на почту romanlevikin@gmail.com
- Наличие активной ссылки на сайт <http://helpmenow.ru/>

Я

Наклей свою фотографию

Меня зовут

Впишите имя

Моя рука

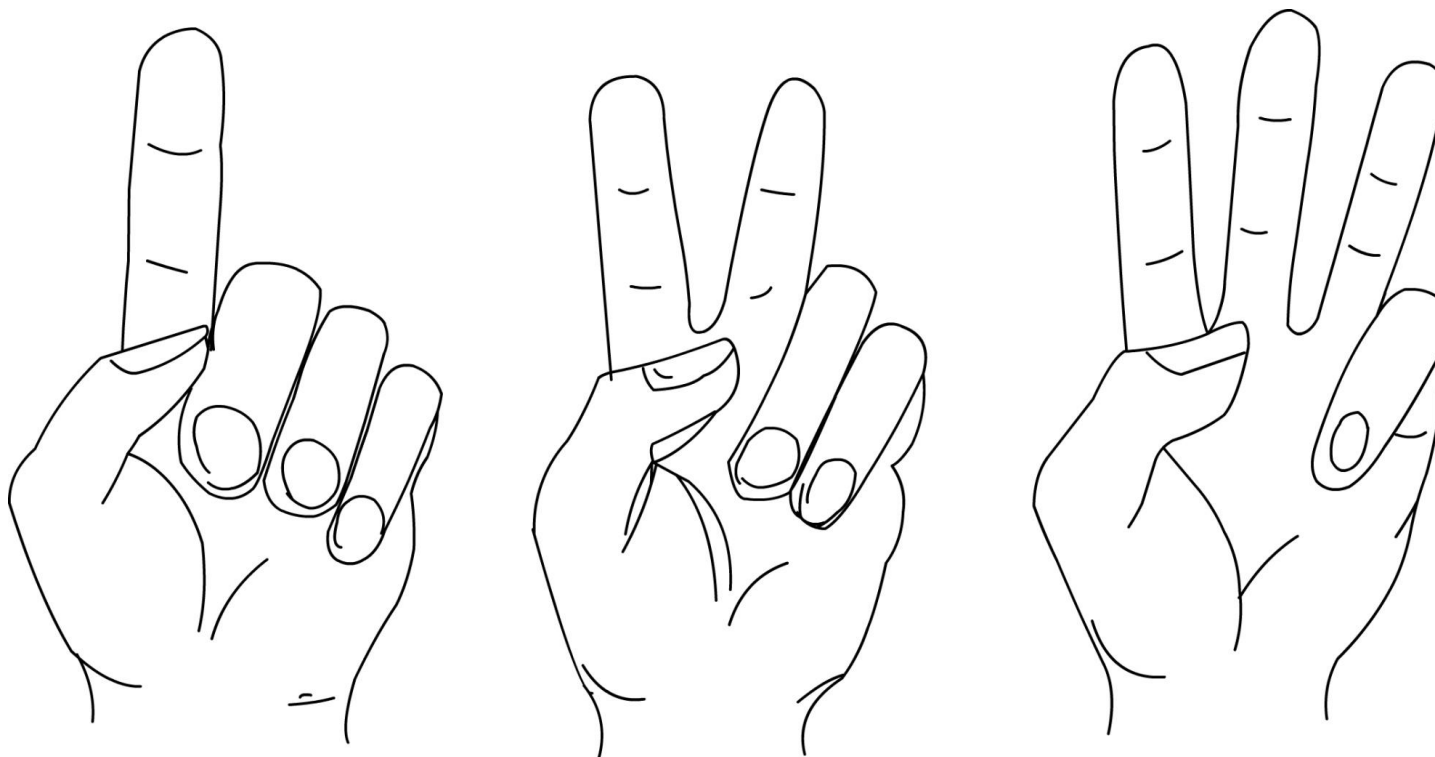
Обведите руку фломастером

Моя нога

Обведите ногу фломастером

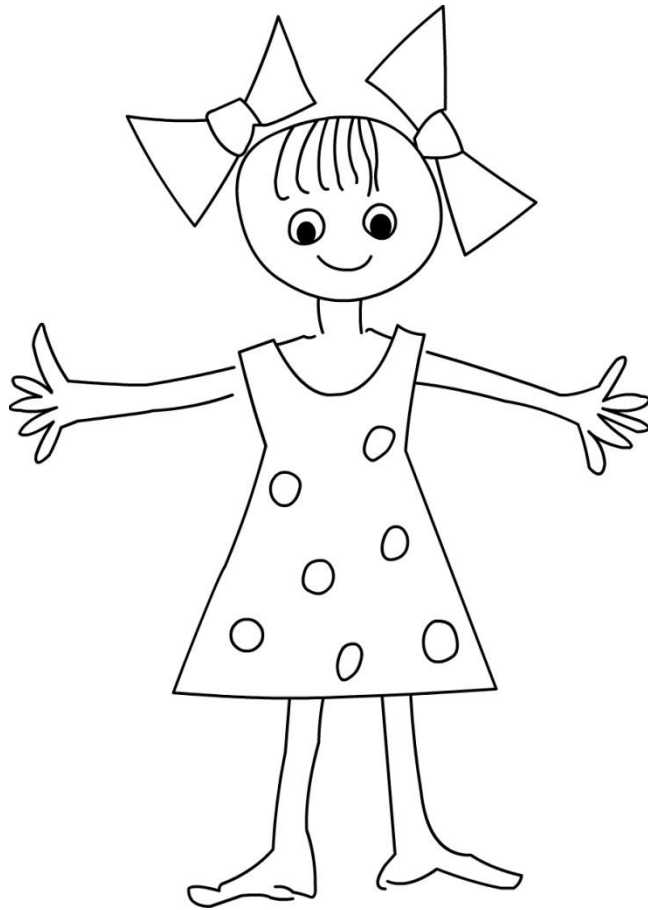
Сколько мне лет?

Обведите руку с нужным количеством лет

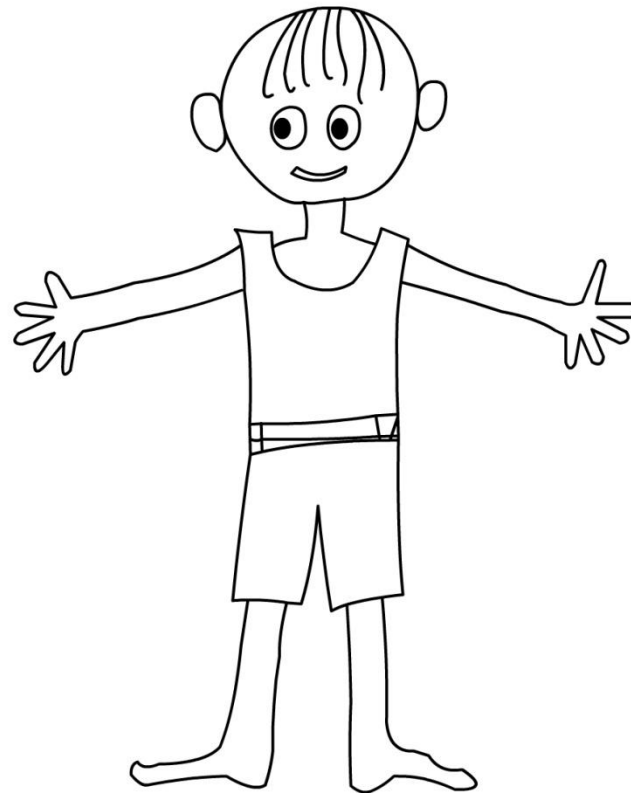


Кто я?

Девочка



Мальчик



Моя мама

Наклей фотографию мамы

Мой папа

Наклей фотографию папы

Моя сестра

Наклей фотографию сестры

Мой брат

Наклей фотографию брата

Это моя семья

Наклей фотографию своей семьи

Домашние животные

Наклей фотографии своих домашних животных